

水原中学校 **8.9**月号

生徒数配付

8.9月の給食のめあて

偏食を直すように努力できる

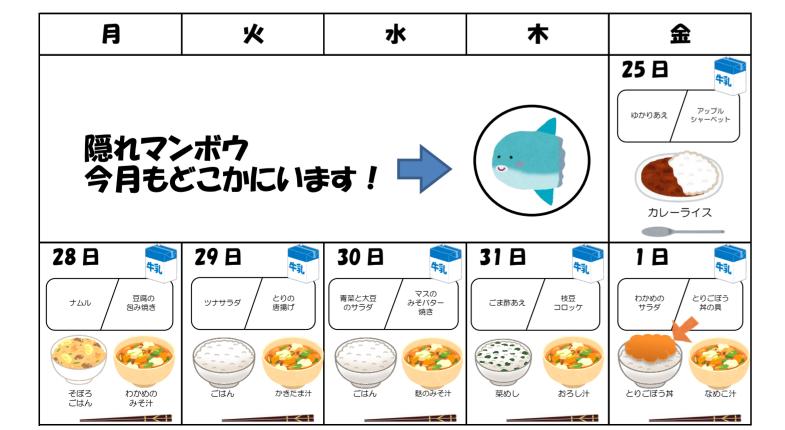


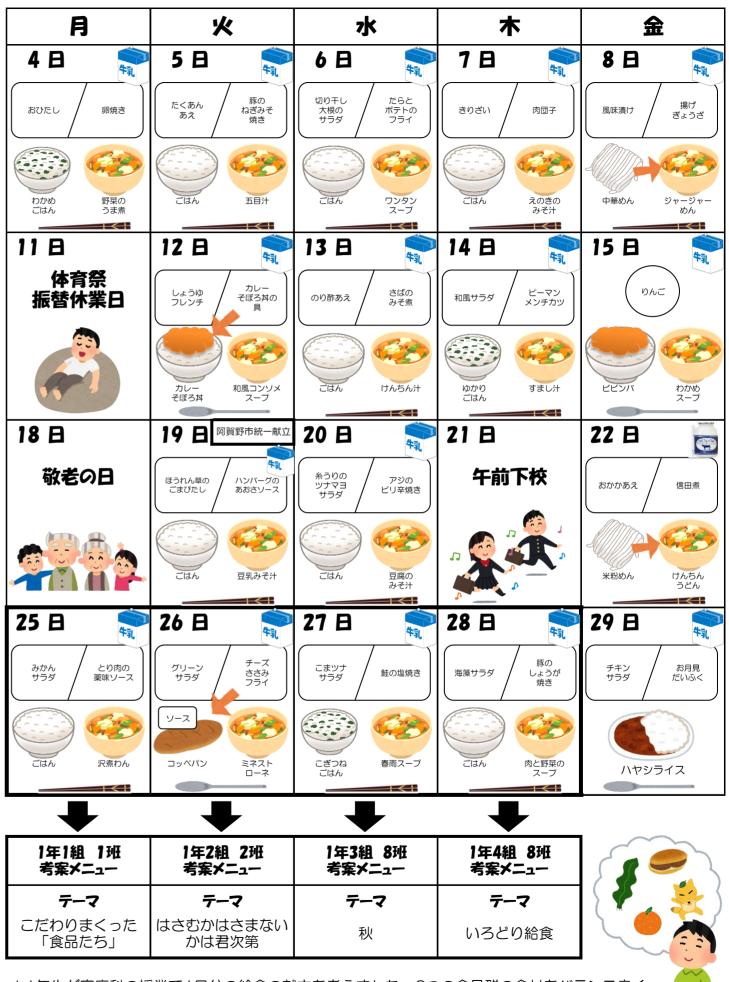
みなさんは、食べ物の好ききらいがありますか? わたしたちは、食べることで、命を保ったり活動したり成長したりしています。毎日を元気にすごすためにも、好ききらいをしないで残さず食べるようにしましょう。

一口だけでも食べてみよう!

人は初めて食べるものを避けることがあります。これを「新奇性恐怖」といいます。しかし食後に体調不良にならなければ、それ以降は安全だとわかり、食べられるようになることもあります。苦手なものもくりかえし食べると、将来食べられるようになるかもしれません。







★1年生が家庭科の授業で1日分の給食の献立を考えました。6つの食品群の食材をバランス良く活用して献立を立てました。その中でも特によく考えられていた4つの献立が給食に登場します。